

Instituto Ame Sua Mente

**Relatório de
Atividades | 2024**

ame
sua
mente



Carta do Presidente

Por Dr. Rodrigo Bressan, Presidente do Instituto Ame Sua Mente

Nos últimos anos, a saúde mental deixou de ser um assunto restrito aos consultórios e passou a ocupar o centro das discussões – e não por acaso. Hoje, ela é um dos maiores desafios da nossa sociedade, afetando milhões de pessoas de forma silenciosa e, muitas vezes, solitária.

No Brasil, enfrentamos uma verdadeira epidemia: mais de 56 milhões de pessoas convivem com algum transtorno mental. Somos líderes mundiais em ansiedade, e os índices de depressão no Brasil são os maiores da América Latina. Entre os jovens, o sofrimento psíquico, a depressão e a ansiedade crescem em ritmo alarmante, assim como situações mais preocupantes, como as autolesões e as tentativas de suicídio.

Esse cenário, infelizmente, é agravado por um estilo de vida cada vez mais acelerado, hiperconectado e repleto de estímulos. É por isso que costumo dizer: a saúde mental precisa ser prioridade – com a mesma importância que damos à saúde física. Se você está com febre, por exemplo, procura ajuda. Mas quando o sofrimento é emocional, ainda é comum se acreditar que vai passar sozinho.

Para enfrentar esses desafios, temos conquistado avanços importantes. A sanção da Lei nº 14.819/2024, que cria a Política Nacional de Promoção da Saúde Mental nas Escolas, é um marco histórico. Também celebramos o reconhecimento do bullying e do cyberbullying como crimes, o que mostra um novo olhar da sociedade sobre a importância do tema.

Esses avanços, do ponto de vista legislativo, estão alinhados com o propósito do Instituto Ame Sua Mente: construir uma nova cultura de saúde mental no Brasil. Uma cultura que valoriza o cuidado desde a infância, que fortalece a escola como espaço de promoção de bem-estar, que combate o estigma e atua na prevenção de transtornos com base em evidências e respeitando a neurodiversidade.

Desde a nossa fundação, em 2018, temos avançado com consistência e inovação. Em 2024, capacitamos 6.556 educadores e psicólogos em 2.209 escolas, impactando indiretamente mais de 178 mil estudantes. Também ampliamos nossa atuação por meio de parcerias com secretarias estaduais e com instituições que compartilham da nossa visão, como o Itaú Social e o Instituto Unibanco.

Sabemos que ainda há muito a ser feito e que a efetivação das políticas públicas depende do comprometimento coletivo. Porém, falar sobre saúde mental é o primeiro passo para cuidar.

Agradeço a confiança e o apoio de todos – doadores, voluntários, parceiros institucionais, conselheiros, educadores, psicólogos e a equipe Ame Sua Mente.

Convido você a conhecer os resultados deste Relatório e a seguir com a gente nessa missão.

**Porque saúde mental é vida.
E precisa, sim, ser prioridade.**

Crise de saúde mental no Brasil

A saúde mental é fundamental para diversos aspectos da vida, influenciando diretamente nossa capacidade de lidar com as emoções, superar desafios, manter relacionamentos saudáveis, aprender e evoluir profissionalmente.

Infelizmente, pesquisas recentes revelam um cenário preocupante. A saúde mental tornou-se um dos maiores desafios da nossa sociedade, exigindo atenção imediata e ações coletivas. A seguir, apresentamos dados que evidenciam a gravidade da situação e reforçam a necessidade de mudanças estruturais:

● **Prevalência de transtornos mentais:**
26,8% da população brasileira – cerca de 56 milhões de pessoas – convive com algum transtorno mental.¹

● **Início precoce:**
50% dos transtornos mentais começam antes dos 14 anos
45% até os 24 anos.²

● **Ansiedade:**
O Brasil lidera o ranking global de casos de ansiedade, com mais de 18 milhões de pessoas afetadas – aproximadamente **9,3%** da população.³

1 Segundo a pesquisa Covitel 2024

2 Relatório On My Mind –The State of the World’s Children 2021 do UNICEF

3 Organização Mundial de Saúde – OMS

● **Depressão:**
5,8% da população brasileira – cerca de 11,5 milhões de pessoas – sofre de depressão, o maior índice da América Latina.⁴

● **Afastamentos do trabalho:**
Em 2024, os afastamentos laborais por transtornos mentais atingiram o maior patamar da última década, com aumento de **61%** em relação a 2023, somando quase meio milhão de licenças.⁵

● **Classificação global:**
O Brasil ocupa a 4ª pior colocação no ranking mundial de saúde mental.

Aproximadamente **34%** da população relata estresse e dificuldades emocionais, com os jovens abaixo de 35 anos entre os mais impactados.⁶

Diante desse panorama, torna-se urgente a implementação de políticas públicas eficazes e o fortalecimento de iniciativas voltadas à promoção da saúde mental, especialmente entre as populações mais vulneráveis.

4 Organização Mundial de Saúde – OMS

5 Ministério da Previdência Social

6 Relatório The Mental State of the World 2023

crise de saúde mental

contexto infantojuvenil

impacto das redes sociais

promoção da saúde mental

Infância e juventude em risco

Se o panorama geral da saúde mental já é crítico, o recorte infantojuvenil revela um cenário ainda mais alarmante. Globalmente, um em cada sete jovens entre 10 e 19 anos convive com algum transtorno mental, sendo a depressão, a ansiedade e os transtornos comportamentais as principais causas de doença e incapacidade nessa faixa etária.⁷

No Brasil, pela primeira vez, os registros de ansiedade entre crianças e adolescentes superaram os de adultos.⁸

As **taxas de suicídio** também apontam para uma crescente vulnerabilidade: entre 2011 e 2022, houve um **aumento médio de 6% ao ano**.

As **notificações de autolesões** entre jovens de 10 a 24 anos **subiram 29% anualmente** no mesmo período.

Em 2023, o grupo de 15 a 19 anos registrou **1.310 internações por tentativa de suicídio**.⁹

⁷ Organização Pan-Americana da Saúde e UNICEF

⁸ Análise da Folha de São Paulo com base em dados da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) do SUS

⁹ Estudo Americas – Centro de Integração de Dados e Conhecimentos para Saúde – Cidacs / Fiocruz Bahia em colaboração com pesquisadores de Harvard

O agravamento da saúde mental entre os adolescentes está diretamente ligado a uma série de fatores que se intensificaram nos últimos anos. A falta de investimentos no desenvolvimento das competências socioemocionais, somada à desigualdade social – risco de suicídio entre jovens negros é 67% maior do que entre brancos da mesma faixa etária –, aos eventos climáticos extremos e ainda ao isolamento social prolongado, tem contribuído para um ambiente hostil ao desenvolvimento saudável da juventude.

Ao mesmo tempo, a exposição precoce e constante às telas também interfere no desenvolvimento cognitivo e emocional, estando relacionada ao aumento de quadros de ansiedade, baixa autoestima e isolamento social. Além disso, preconceitos e estigmas ainda dificultam o acolhimento e a busca por ajuda. Esses elementos, combinados, formam um cenário de vulnerabilidade crescente, que impacta profundamente o bem-estar emocional das novas gerações.



Redes sociais e saúde mental

O uso excessivo das redes sociais tem se consolidado como um dos principais fatores de risco para o agravamento da saúde mental entre crianças e adolescentes. Nos últimos anos, pesquisas internacionais vêm evidenciando uma forte correlação entre o tempo gasto nessas plataformas e o aumento dos transtornos mentais no público infantojuvenil. A constante comparação com padrões inalcançáveis, o cyberbullying e o bombardeio de conteúdos superficiais intensificam o sofrimento psíquico — sobretudo entre meninas, que relatam mais problemas emocionais do que os meninos.

Estudos científicos identificaram uma relação direta entre o tempo de uso das redes sociais e o aumento dos níveis de ansiedade e depressão. Cerca de 60% dos jovens de 16 a 18 anos passam de duas a quatro horas por dia conectados, e, em casos extremos, esse tempo chega a oito horas diárias.¹⁰

O aumento do uso das redes sociais está diretamente ligado ao crescimento do número de crianças em tratamento nos serviços públicos de saúde mental.¹¹

¹⁰ Universidade de Oxford

¹¹ Levantamento feito pelo sistema de saúde do Reino Unido (NHS)



No Brasil, o uso precoce da internet e de dispositivos móveis também é motivo de preocupação. O percentual de crianças de 6 a 8 anos que acessam a internet dobrou entre 2015 e 2024 — passando de 41% para 82%. Nesse mesmo período, o número de crianças com celular próprio subiu de 18% para 36%. Entre as classes sociais mais altas, esse índice chega a 97%.¹¹

Já uma revisão sistemática com base em estudos internacionais apontou que 72% dos artigos analisados relacionam o uso excessivo de telas ao crescimento dos casos de depressão infantil.¹²



Diante do crescimento acelerado desses comportamentos e seus impactos, setores educacionais, científicos e sociais estão se mobilizando para alertar sobre a gravidade do problema. A situação reforça a urgência de políticas públicas e iniciativas que promovam a saúde mental desde a infância, incluindo a regulação do uso de tecnologias e o fortalecimento de redes de apoio psicossocial.

¹² Centro de Estudos sobre as Tecnologias da Informação e da Comunicação (Cetic.br)

¹³ Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

crise de saúde mental

contexto infantojuvenil

impacto das redes sociais

promoção da saúde mental

Avanços na promoção da saúde mental

Leis que fortalecem o cuidado e a prevenção

Apesar do cenário preocupante nos últimos anos, o Brasil deu passos importantes para proteger a saúde mental da sua população, sobretudo de crianças e jovens. Especificamente em 2024, novas leis e políticas públicas ampliaram o compromisso com o bem-estar emocional e a prevenção da violência.

Saúde mental nas escolas: uma política estruturante

A Lei nº 14.819/2024, que instituiu a Política Nacional de Promoção da Saúde Mental nas Escolas de Educação Básica, instaurou a articulação entre os setores de educação e saúde. Dessa forma, estabeleceram-se diretrizes para ações de prevenção à violência, promoção do bem-estar psicológico e acesso à atenção psicossocial no ambiente escolar. Essa legislação representa um avanço histórico, criando condições para que redes públicas de ensino implementem práticas integradas de cuidado, com foco no desenvolvimento integral dos estudantes e no fortalecimento do papel do educador.

Bullying e cyberbullying agora são crimes

Ainda em 2024, entrou em vigor a Lei nº 14.811, que criminaliza o bullying e o cyberbullying como formas de violência. A nova legislação foi motivada pelo aumento expressivo de casos que afetam, de forma direta, a saúde mental de crianças e adolescentes. Em 2023, o Brasil registrou 74 mil denúncias de bullying e cyberbullying, um aumento de 12% em relação a 2022.¹⁴

Mais do que um instrumento punitivo, a lei cumpre uma função educativa, favorecendo a conscientização sobre o impacto que esse tipo de prática causa e ajudando a construir ambientes escolares mais seguros e acolhedores. Além disso, a nova legislação contribui para delinear as interações nos espaços digitais, onde as palavras e as imagens reverberam de forma ampliada.



Um caminho em construção

Esses avanços legislativos são fundamentais para consolidar uma cultura de cuidado com a saúde mental no País. No entanto, a efetividade dessas políticas depende da implementação local, do investimento público e da mobilização social. Valorizar cada conquista, garantir a aplicação das leis e ampliar o acesso a serviços de qualidade são passos cruciais para que o cuidado com a saúde mental se torne uma realidade cotidiana em todos os Estados brasileiros.

14 ChildFund Brasil e Ministério dos Direitos Humanos

Quem somos?

Conheça mais sobre o Instituto

O Instituto Ame Sua Mente é uma Organização da Sociedade Civil dedicada ao desenvolvimento de projetos baseados em evidências científicas, com o objetivo de promover a saúde mental, reduzir estigmas e atuar na prevenção e no manejo de transtornos. Para isso, colocamos o educador no centro de nossas iniciativas.

Fundado em 2018, o Instituto tem suas raízes no projeto “Cuca Legal”, que, desde 2008, realizou mais de uma década de pesquisas na rede pública de ensino com foco na promoção da saúde mental e na prevenção de transtornos no ambiente escolar. A iniciativa foi idealizada pelo psiquiatra Rodrigo A. Bressan, presidente do Instituto, em parceria com a Escola Paulista de Medicina – EPM/UNIFESP. Os aprendizados obtidos ao longo desses anos serviram de base para estruturar nossas ações sociais.



Acreditamos que ampliar a compreensão sobre a neurodiversidade e a complexidade da saúde mental, aliada à capacitação de educadores é essencial tanto para a construção de um ambiente escolar mais acolhedor quanto para a transformação da cultura de saúde mental no País.



Nossa estratégia de atuação

A atuação do Instituto é guiada por sua missão e pelos princípios que fundamentam as ações.

Missão

Promover uma nova cultura de saúde mental no Brasil, para que as pessoas assumam seu desenvolvimento emocional desde cedo e, assim, possam realizar seus potenciais, prevenir transtornos mentais e contribuir para a sociedade.



Princípios

criatividade e rigor

Fazer mais e melhor para transformar nossa realidade, focando no desenvolvimento da atenção à saúde e na aplicabilidade de estudos e ferramentas. Além disso, utilizar a experiência científica/acadêmica com disciplina, excelência e inovação.

diversidade e interdependência

Valorizar e promover as diferentes competências a fim de compartilhar mais conhecimento e encontrar as melhores soluções para nossos desafios.

escuta e empatia

Praticar a escuta ativa, sendo sempre sensível ao outro para construir uma relação de confiança que vise a promoção do diálogo aberto e impacto mais relevante.

sinergia e comportamento

Trabalhar de forma colaborativa, coesa e alinhada a partir do nosso propósito e em busca da eficiência, da proatividade e da criação de confiança para vínculos.

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável

Nossas iniciativas estão alinhadas a quatro Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), estabelecidos pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 2015. Esses objetivos servem como diretrizes globais para a implementação de ações socioambientais necessárias para um desenvolvimento sustentável e inclusivo.

Com estratégias e metas bem definidas, o Instituto contribui diretamente para a agenda global de transformação social. Os ODS aos quais estamos conectados são:



Teoria da mudança

Propósito Instituto Ame sua Mente

Promover uma nova cultura de saúde mental no Brasil, para que as pessoas assumam seu desenvolvimento emocional desde cedo, e, assim, possam realizar seus potenciais, prevenir transtornos mentais e contribuir para a sociedade.

impacto 2025 – 2030...

Cultura de **promoção da saúde mental** e **prevenção de transtornos mentais** introduzidas no **ambiente escolar**

Sociedade mais **saudável, inclusiva e acolhedora** (menos estigma)

Mudança de **políticas públicas na educação & saúde** para garantia da identificação e tratamento precoces

objetivos

Sobrecarga do educador reduzida para lidar com questões de saúde mental

Capacidade dos educadores ampliada para execução de ações de Educação Integral (BNCC)*

Capacidade ampliada de autocuidado da saúde mental dos educadores

Modelo replicável para promoção da saúde mental e prevenção de transtornos mentais

Estigma reduzido

Pessoas sensibilizadas e engajadas no autocuidado

resultados

Educadores capacitados

Oferta de conteúdo de saúde mental qualificado e aplicável

Protocolos de encaminhamento implementados (CISM)**

Embaixadores/ influenciadores mobilizados

Imprensa articulada

Agentes políticos mobilizados para o tema

Aumento do número de pessoas impactadas por conteúdos de saúde mental

Produção de conteúdo científico entregue

Famílias informadas

Campanhas realizadas

Rede multissetorial de saúde mental articulada

Oferta de conteúdo de saúde mental qualificado e aplicado

atividades

Ame Sua Mente na Escola + Bússola

Bússola

Escola que Ama sua Mente – Formação para Gestores + Bússola

Formação de disseminadores (ASME)***

Conscientização

Políticas públicas

EDUCAÇÃO

ADVOCACY

* BNCC: Base Nacional Comum Curricular

**CISM: Centro de Inovação e Pesquisa em Saúde Mental

*** ASME: Projeto Ame sua Mente na Escola

Expansão do projeto Ame sua Mente na Escola para o Estado do Paraná – parceria Itaú Social e SEED-PR* **2024**

Piloto da formação de psicólogos escolares – parceria SEDUC-SP** / CONVIVA***

Lançamento de jornada de letramento em saúde mental – parceria Escola Fundação Itaú

Início do desenvolvimento da formação para gestores escolares – parceria Instituto Unibanco

Aprimoramento do projeto Bússola – nova trilha de aprendizagem: depressão

Fortalecimento da Governança: constituição do Conselho de Tecnologia e criação de área de Tecnologia e Inovação

Lançamento de novos projetos: Bússola e Selo Escola que Ama sua Mente

Aprimoramento do Projeto Ame Sua Mente na Escola

Evolução da Teoria da Mudança

Diversificação de fontes de captação

Fortalecimento da estrutura organizacional **2022**

2023

Aprimoramento do Projeto Bússola – nova trilha de aprendizagem: suicídio

Criação da 1ª Comunidade de Aprendizagem: Escola que Ama Sua Mente

Fortalecimento parceria SEDUC-SP**: Ame Sua Mente na Escola torna-se política pública

Fortalecimento da Governança: mais diversidade

Instituto torna-se referência no tema

Implementação de nova Governança Corporativa **2021**

Ampliação do Projeto Ame Sua Mente na Escola para mais de 65 escolas

Parceria com CONVIVA*** (SEDUC-SP)** percurso formativo – palestras temáticas

Concepção do Selo Escola que Ama sua Mente

O que nos trouxe até aqui... Linha do tempo

2018

Fundação do Instituto Ame Sua Mente como Organização da Sociedade Civil

2020

Lançamento do Projeto Ame Sua Mente na Escola

Ampliação da equipe institucional

Parceria com Associação Umane, Instituto ABCD Trust e Arymax

* SEED – PR – Secretaria de Estado da Educação do Paraná

** SEDUC – SP – Secretaria de Educação do Estado de São Paulo

***CONVIVA-SP – Programa de Melhoria da Convivência e Proteção Escolar, criado pela Secretaria da Educação do Estado de São Paulo, com a proposta de que toda escola seja um ambiente de aprendizagem solidário, colaborativo, acolhedor e seguro, na busca da melhoria da aprendizagem.

Eixos de atuação

Atuamos em dois eixos que, de forma integrada, impulsionam uma nova cultura de cuidado com a saúde mental. Ao unir conhecimento, prática e propósito, buscamos promover transformações duradouras na educação e na sociedade, sempre norteados por evidências científicas.

educação

**Cuidar da mente é cuidar da gente.
Quanto mais cedo, melhor.**

A infância e a adolescência são fases essenciais para a construção de uma base sólida de saúde mental ao longo da vida. Ao mesmo tempo, a ausência de uma cultura voltada para o desenvolvimento socioemocional e cuidados com a mente do público infantojuvenil pode gerar graves consequências. Deste modo, o bem-estar emocional e psicológico é o ponto de partida para que crianças e jovens cresçam com qualidade de vida.

Neste contexto, acreditamos que o ambiente escolar é o espaço ideal para fomentar essa nova cultura de saúde mental. Os educadores desempenham um papel estratégico nesse processo, graças ao vínculo de confiança que constroem com os estudantes e ao conhecimento profundo que têm de suas vivências e desafios cotidianos. Por isso, eles são agentes multiplicadores com o potencial de influenciar positivamente o desenvolvimento de crianças e adolescentes.

No entanto, reconhecemos que os educadores não são profissionais de saúde mental, portanto nossas iniciativas são pensadas para capacitá-los sem sobrecarregá-los com responsabilidades que não lhes competem.

Desenvolvemos, implementamos e mensuramos programas e projetos prioritariamente para educadores da rede pública de ensino, através de parcerias com os órgãos públicos responsáveis e outras organizações que compartilham da mesma visão que a nossa.





advocacy

O conhecimento é a melhor arma contra o preconceito!

Promover a saúde mental, incentivar a prevenção precoce dos transtornos e combater os preconceitos relacionados ao tema: esse é o propósito do nosso segundo eixo de atuação, o Advocacy.

Por meio de campanhas, materiais educativos e ações de comunicação estratégica, atuamos no letramento e na conscientização da sociedade civil. Também desenvolvemos projetos alinhados às políticas públicas, com foco em transformá-los em programas institucionais das Secretarias de Educação parceiras.

Nosso objetivo é ampliar o acesso ao conhecimento científico, traduzindo-o em uma linguagem acessível e direta, contribuindo para a redução da desinformação. Além disso, usamos diversos formatos e canais de comunicação para engajar a comunidade escolar e o público em geral na construção de uma nova cultura de cuidado com a saúde mental.

Estamos no caminho certo!
Impacto – resultados

projetos

	escolas	beneficiários diretos*	estudantes beneficiados indiretamente**
2020	10	107	3.745
2021	67	217	7.595
2022	139	512	17.920
2023	733	1.878	65.730
2024	2.209	6.556	178.815
total	3.158	9.270	273.805

* A partir de 2024, "BENEFICIÁRIOS DIRETOS" engloba além dos educadores, os psicólogos escolares, também impactados pelas nossas formações.
** ESTUDANTES BENEFICIADOS: número referente aos estudantes indiretamente impactados.



na mídia

267
aparições na mídia

+ de 200 milhões
de pessoas impactadas

+ de R\$ 75 milhões
economizados em
espaço publicitário

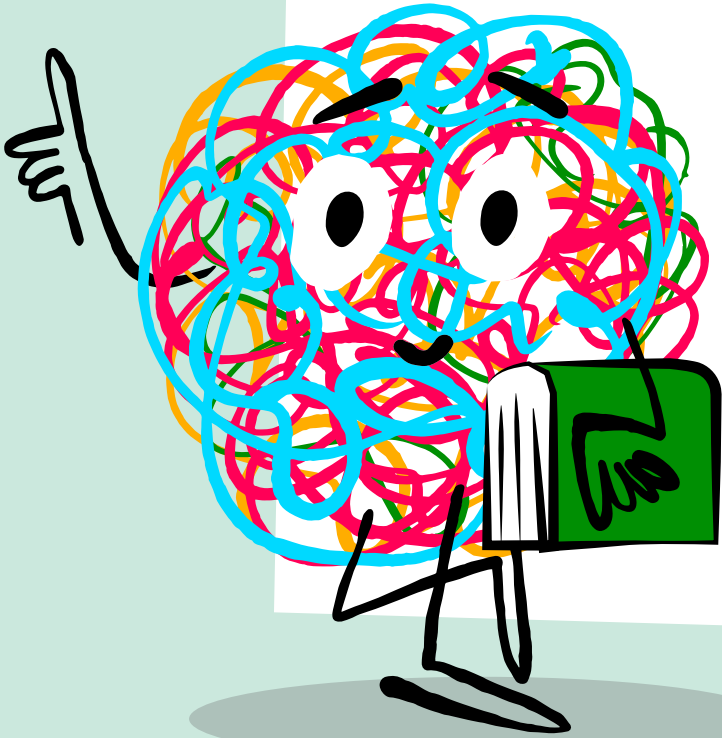


instagram

99.955
seguidores

11.689.615
pessoas alcançadas

370.214
interações nas postagens



educação

Nossos projetos



Curso de letramento em saúde mental para os educadores da rede pública de ensino



Em 2024, reafirmamos nossa parceria com a Secretaria da Educação do Estado de São Paulo (SEDUC-SP)* para levar a formação Ame Sua Mente na Escola a professores, gestores escolares, supervisores de ensino, coordenadores pedagógicos e psicólogos da rede pública.

Somos a única organização de saúde mental credenciada pela SEDUC-SP, via EFAPE (Escola de Formação e Aperfeiçoamento dos Profissionais da Educação do Estado de São Paulo), para trabalhar a temática de saúde mental junto a educadores e gestores escolares em todo o Estado.

O curso, desenvolvido por especialistas do Instituto, oferece uma jornada formativa que utiliza estratégias de ensino a distância (EAD), proporcionando uma experiência de treinamento em um modelo híbrido altamente qualificada, acessível e com grande potencial de escala.

Nosso objetivo é capacitar os profissionais da Educação para promover a saúde mental, combater o estigma, prevenir transtornos mentais e minimizar o impacto do adoecimento de jovens estudantes no ambiente escolar. Além disso, buscamos apoiar o bem-estar dos próprios educadores e oferecer suporte no manejo de questões de saúde mental em sala de aula.

Essa iniciativa está alinhada à Base Nacional Comum Curricular (BNCC), documento normativo que estabelece as aprendizagens essenciais para os estudantes da Educação Básica.

Conheça o projeto Ame Sua Mente Na Escola Etapa de Sensibilização

Iniciamos a jornada com a sensibilização para os dirigentes das Diretorias Regionais de Ensino (DREs), com o objetivo de aprofundar a compreensão sobre o impacto da saúde mental na Educação. Desta forma, esses gestores, que estão em uma posição de grande influência na Rede puderam mobilizar os educadores de suas Regionais para participarem da formação.

Estruturada em torno do tema “Conexões Empáticas: a Regulação Emocional e a Comunicação Não Violenta”, essa etapa envolveu 10 encontros síncronos entre especialistas em saúde mental e educadores. Partindo da premissa de que é preciso se conhecer para conhecer o outro, nossos pesquisadores enfatizaram a importância do autocuidado, da regulação emocional e da Comunicação Não Violenta (CNV).



* SEDUC – SP – Secretaria de Educação do Estado de São Paulo



Etapa de Formação

Desenvolvida por especialistas e pesquisadores da equipe de saúde mental do Instituto, a formação Ame Sua Mente na Escola ocorre através de uma plataforma de ensino autoinstrucional com aulas síncronas. O curso tem como proposta tornar o conhecimento científico mais acessível e didático.

A iniciativa forma professores e gestores escolares da rede pública de ensino em temas que envolvem a saúde mental, como transtornos de humor, de ansiedade, TDAH (Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade), consumo de drogas, dentre outros.

O percurso formativo é composto por oito módulos e dispõe de diversos recursos multimídia que facilitam o aprendizado e elementos educativos que podem ser aplicados pelos educadores junto a estudantes do Fundamental I e II e Ensino Médio. Essas ferramentas garantem um aprendizado dinâmico e envolvente ao longo do percurso.

Além disso, durante a jornada, disponibilizamos conteúdos complementares e promovemos aulas síncronas com especialistas em saúde mental do Instituto.

Os educadores que concluem ou atingem 75% do curso recebem certificado, válido para a progressão na carreira, conforme a legislação vigente.

Recursos e ferramentas

Aulas síncronas

Momentos síncronos com nossos especialistas oferecem uma abordagem prática dos conceitos teóricos, facilitando a aplicação do conhecimento no dia a dia do educador, além de possibilitar maior proximidade e interação com os cursistas. A formação de 2024 contou com aulas síncronas que abordaram temas como: “Saúde mental na escola e os desafios em relação ao uso exagerado de telas por crianças e adolescentes”; “Protocolo de encaminhamento – como identificar e encaminhar eventuais casos para a rede de Assistência Psicossocial” e “A saúde mental do Educador” – com foco na trilha formativa lançada em 2024, que aborda a importância do autocuidado.





Protocolo de encaminhamento

O protocolo de encaminhamento é um recurso valioso, desenvolvido pelo Instituto em 2021. Ele apoia as escolas no encaminhamento dos estudantes que precisam de serviços especializados em saúde mental.

Este instrumento auxilia o profissional da área de Educação na análise de indicadores importantes para uma melhor avaliação daquele estudante que demonstra sinais de transtornos mentais, favorecendo, assim, o tratamento precoce.

O Protocolo de Encaminhamento está também disponível em nosso site para qualquer educador utilizar, independentemente de participar da nossa formação.

Tecnologias sociais

Oferecemos aos cursistas o canal Bússola, via WhatsApp – através do número (11) 991130019 –, um recurso que fornece conceitos e orientações para auxiliar educadores no apoio a crianças e jovens que estão vivenciando questões como depressão, autolesão e suicídio.

As trilhas de microaprendizagem, complementares à jornada formativa, são apresentadas com uma linguagem bastante simples e prática.

Caixa de ferramentas

A jornada também inclui materiais complementares para aprofundar o conhecimento, como e-books, fichas informativas, podcasts, jogos e planos de aula, permitindo que os educadores transformem a teoria em prática junto aos seus estudantes.

Transversalmente, a comunicação desempenha papel essencial na difusão do conhecimento sobre saúde mental. Por meio de newsletters específicas, os educadores recebem informações atualizadas sobre temas relevantes, auxiliando-os a enfrentar os desafios da saúde mental no contexto escolar.





ame
sua
mente

na
escola

novidade

Módulo de Autocuidado

A novidade do ciclo formativo de 2024 foi a inclusão de uma nova trilha na jornada: o módulo de autocuidado. Esse módulo reforça a importância de aplicar o conhecimento adquirido também em benefício da saúde mental do educador.

É preciso cuidar
de quem cuida.

ame
sua
mente



São estes os temas abordados em cada um dos módulos que compõem a formação:

- 1** Saúde mental: definição, dimensões, causas dos transtornos e o papel do educador.
- 2** Transtornos de ansiedade: o que são, neurobiologia, manejo e autocuidado.
- 3** Transtornos do humor: depressão na infância e adolescência, manejo e impacto na comunidade escolar.
- 4** Comportamentos disruptivos: compreensão e manejo de raiva e Transtorno Opositor Desafiador (TOD).
- 5** Desafios do cotidiano escolar: abordagens sobre consumo de drogas e estratégias de prevenção e manejo.
- 6** TDAH: identificação, neurobiologia e manejo na sala de aula.
- 7** Protocolos de encaminhamento: papéis dos agentes especializados e a utilização de protocolos.
- 8** Autocuidado: importância do autoconhecimento, estratégias de manejo do estresse e da ansiedade para o educador.

O impacto nos educadores Ame Sua Mente na Escola¹⁵ / SEDUC – SP*

90% apresentaram aumento de conhecimento sobre saúde mental.

84,3% apresentaram avanços na superação de preconceitos e na construção de um ambiente mais acolhedor e aberto ao diálogo sobre saúde mental.

92,4% se sentem mais capacitados para cuidar da própria saúde mental.

90% se sentem mais capacitados para identificar e lidar com problemas de saúde mental.

86,4% se sentem mais preparados para realizar encaminhamentos.

¹⁵ A avaliação de resultados contou com a resposta de mais de 2.700 educadores diretamente impactados

*Secretaria de Educação do Estado de São Paulo

Formação piloto para psicólogos

Pela primeira vez, oferecemos o Curso de Formação “Ame Sua Mente na Escola” aos psicólogos que atuam na rede pública de ensino do Estado de São Paulo. A iniciativa, que visa ampliar o conhecimento desses profissionais para enfrentar os desafios da saúde mental no ambiente escolar, foi realizada através da parceria do Ame sua Mente com o CONVIVA SP*, programa da Secretaria da Educação do Estado de São Paulo (SEDUC-SP)**.



*CONVIVA-SP – Programa de Melhoria da Convivência e Proteção Escolar, criado pela Secretaria da Educação do Estado de São Paulo, com a proposta de que toda escola seja um ambiente de aprendizagem solidário, colaborativo, acolhedor e seguro, na busca da melhoria da aprendizagem.

**Secretaria de Educação do Estado de São Paulo

Ame Sua Mente na Escola no Paraná

Em parceria com a Secretaria de Estado da Educação do Paraná (SEED-PR) e com o apoio essencial da Fundação Itaú Social, que viabilizou o investimento necessário para expandirmos nosso percurso formativo na Região Sul do País.

O projeto Ame Sua Mente na Escola SEED-PR tem como propósito capacitar os profissionais do Departamento de Educação Inclusiva (DEIN) e seus técnicos regionais.

Além disso, prevê a construção colaborativa de roteiros formativos, desenvolvidos a partir dos temas mais críticos de saúde mental para a rede estadual de ensino.

No futuro, o grupo de técnicos capacitados será responsável por disseminar o conhecimento adquirido para mais de 2 mil educadores e demais profissionais da rede de ensino. Eles também são responsáveis por engajar a comunidade escolar no desenvolvimento de uma cultura de promoção de saúde mental no ambiente escolar.

Pesquisa científica comprova o impacto do Ame Sua Mente na Escola

O Projeto “Ame Sua Mente na Escola” foi selecionado pelo Centro de Pesquisas em Inovação e Saúde Mental (CISM)*, em 2023, como objeto de pesquisa científica conduzida pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP).

Por meio da parceria entre o CISM e as prefeituras de Jaguariúna e Indaiatuba, o nosso curso de formação em saúde mental foi implementado, desde então, nas redes de ensino dessas cidades paulistas, com o objetivo de avaliar seu impacto na Educação Infantil, no Ensino Fundamental e na Educação Especial.

Na avaliação de 2024, observou-se que, além de ampliar o repertório dos professores sobre saúde mental, a formação contribuiu significativamente para o aumento da percepção de preparo para lidar com situações práticas no ambiente escolar. Antes do curso, apenas 18,4% dos educadores se sentiam aptos a identificar sinais de sofrimento psíquico entre os alunos; após a capacitação, esse percentual mais que dobrou, alcançando 40,1%.



* O CISM – Centro de Pesquisa e Inovação em Saúde Mental – é fruto da parceria entre a Universidade de São Paulo (USP), a Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), a Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e o grupo UniEduk (UniMAX, UNIFAJ e FAAGROH)



Em relação a transtornos específicos, os avanços também foram expressivos:

- A confiança para lidar com casos de TDAH** aumentou **de 23,8% para 44,5%**
- O preparo para reconhecer e manejar transtornos de conduta passou **de 13,9% para 38%**
- A confiança para lidar com casos de depressão mais que dobrou, **de 13,8% para 38,1%**
- A identificação de casos de ansiedade subiu **de 15,3% para 42,5%.**
- Outro destaque foi o aumento da segurança em encaminhar casos de saúde mental para apoio especializado: inicialmente, **21,5%** dos educadores se sentiam preparados para essa tarefa; ao final do curso, o percentual **subiu para 32,6%.**

A análise do resultado do projeto levou em conta fatores como: efetividade para saúde mental do educador; estigma relacionado à saúde mental; literacia em saúde mental; habilidades de identificação; manejo e encaminhamento de casos.

Como parte da iniciativa, foi realizado ainda o mapeamento dos serviços públicos de saúde mental nas duas cidades. Esse trabalho resultou na elaboração de cartilhas informativas, com endereços e horários dos serviços de atenção básica, urgência, emergência, atendimento especializado, psicossocial e assistência social.

* Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade



Criação de materiais de apoio para gestores escolares e educadores

A falta de materiais de apoio para gestores escolares e educadores no enfrentamento dos atuais desafios nos impulsionou a desenvolver um conteúdo orientador sobre a temática denominado “Recomendações sobre Saúde Mental para a Gestão Escolar”. A iniciativa contou com a parceria do Instituto Camino e do Instituto Unibanco.

Elaborado a partir de um trabalho multidisciplinar desenvolvido por gestores escolares, psiquiatras e psicólogos, o material reúne seis publicações que oferecem orientações práticas e estratégias eficazes sobre temas essenciais.

Além disso, as publicações trazem diretrizes para identificar os primeiros sinais de problemas relacionados à saúde mental e recomendações sobre como oferecer suporte adequado aos estudantes que necessitam de apoio especializado.

Mais do que uma pauta pontual, acreditamos que a saúde mental deve ser um pilar estruturante do ambiente escolar. Nesse sentido, as recomendações propostas endereçam uma transformação cultural junto aos principais públicos da comunidade escolar.

O material também ressalta a importância do autocuidado para gestores escolares. Afinal, um gestor que cuida da sua própria saúde mental está mais preparado para lidar com o estresse e as demandas da profissão, o que impacta a qualidade da interação com seu time, com seus estudantes e familiares.

ame sua mente

Recomendações sobre Saúde Mental para a Gestão Escolar Conceitos Fundamentais

Veja os temas abordados em cada caderno:

- **Recomendações sobre saúde mental para a gestão escolar;**
- **Prevenção ao uso de drogas na escola;**
- **Prevenção do suicídio: recomendações para educadores;**
- **Autolesão e a escola: estratégias de apoio e intervenções;**
- **Bullying e o cyberbullying: reflexões e estratégias para a escola;**
- **Letramento e consciência racial.**

Uma direção para a
saúde mental na educação.



Apoio aos gestores escolares



Em 2024, iniciamos o desenvolvimento de um novo curso de ensino a distância (EAD), voltado especificamente para gestores escolares. Criado em parceria com o Instituto Unibanco, a nova trilha formativa visa ampliar o conhecimento desses profissionais, oferecendo estratégias e ferramentas de manejo, a fim de impulsionar ações que resultem em uma cultura escolar promotora da saúde mental.

Com o intuito de institucionalizar a saúde mental como um pilar estratégico da Educação, a grade curricular do curso será estruturada com base no material “Recomendações sobre Saúde Mental para Gestão Escolar”, aprofundando seus eixos temáticos e aplicando-os à rotina diária dos diretores de escolas públicas. Dessa forma, o curso abordará:

- **Saúde mental no contexto escolar;**
- **Qual o papel da escola na promoção da saúde mental;**
- **Garantias e dimensões de um clima escolar favorável;**
- **Estratégias preventivas de transtornos mentais;**
- **Estratégias preventivas direcionadas aos estudantes e familiares;**
- **Manejos de crises – orientações práticas.**



Formação em saúde mental na Escola Fundação Itaú*

Com o aumento do interesse pelo tema da saúde mental, disponibilizamos parte da jornada formativa Ame Sua Mente na Escola na plataforma de cursos da Escola Fundação Itaú para todos os educadores associados a ela.

As aulas são destinadas a professores dos anos finais do Ensino Fundamental (6º ao 9º ano), uma fase crucial no desenvolvimento dos estudantes. Nesse período, os alunos ingressam na adolescência, vivenciando transformações físicas, psicológicas e socioemocionais, além de mudanças significativas na rotina escolar.

Essa iniciativa é resultado de uma parceria com a Fundação Itaú Social, que possibilita ampliar o impacto do Instituto em todo o Brasil.



Capacitação dos profissionais do Sistema Único de Saúde (SUS)

Este ano, também disponibilizamos a formação Ame Sua Mente na Escola para os profissionais do Sistema Único de Saúde (SUS) na plataforma da Fiocruz. Esta iniciativa é fruto da parceria com a UNICEF** e a Fiocruz do Mato Grosso do Sul, por meio da Universidade Aberta do Sistema Único de Saúde (UNA-SUS).

* A Escola Fundação Itaú é uma plataforma de ensino à distância com cursos nos campos da arte, cultura e educação.

** UNICEF: Fundo das Nações Unidas para a Infância, é uma agência da ONU dedicada a garantir os direitos e o bem-estar de todas as crianças e adolescentes.





Tecnologia no apoio aos educadores

A partir da parceria com o IDOr Ciência Pioneira, em 2024, lançamos a trilha de microaprendizagem sobre depressão, um dos transtornos mentais mais comuns no Brasil e no mundo. Essa nova jornada complementa as trilhas já existentes sobre autolesão e suicídio, ampliando os recursos de apoio aos educadores. O conteúdo é apresentado em áudios, animações e textos, que podem ser baixados, consultados e compartilhados.

Durante esse período também foi desenvolvida e testada a funcionalidade interativa da ferramenta. A iniciativa, em linha com a busca contínua de inovação em prol da educação, permitirá ao usuário fazer perguntas abertas ao chatbot. Assim, com o apoio da inteligência artificial, a experiência se tornará mais dinâmica e personalizada.

Além disso, avaliamos a eficácia da Bússola Ame Sua Mente, e os resultados foram duplamente positivos. Junto com a ótima avaliação do chatbot atual, vimos que a inteligência artificial pode deixar a experiência de aprendizagem ainda mais rica para os educadores.

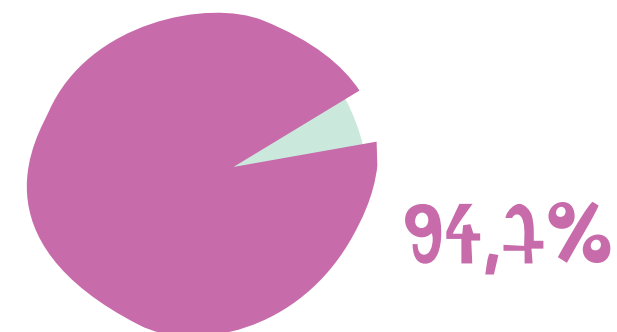
O que é a Bússola Ame Sua Mente?

É uma ferramenta desenvolvida para apoiar educadores no enfrentamento dos desafios da saúde mental no ambiente escolar. Por meio de um canal gratuito no WhatsApp, os usuários podem acessar jornadas de conhecimento conduzidas por um chatbot, que utiliza uma linguagem acessível e objetiva.

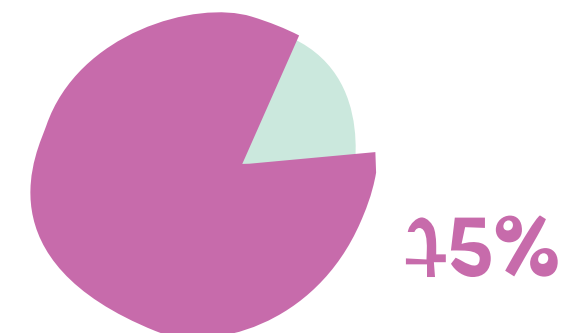
Pesquisa qualitativa

Porcentagem dos participantes satisfeitos ou muito satisfeitos:

com a interação conversacional



com a interação via trilha de conteúdo



Mande um “Oi” pelo WhatsApp para o número (11) 9 9113 0019 – ou clique aqui pra acessar

Depoimentos de educadores impactados pelos nossos projetos

“Contribuiu para meu autocuidado e autoconhecimento em primeiro lugar e posteriormente enquanto profissional para ajudar o próximo.”

“Minha maior motivação para participar e concluir este curso foi a pertinência da temática desenvolvida [...] Conhecer um pouco mais sobre saúde mental, problemas mentais e transtornos mentais, sabendo diferenciá-los e como manejá-los, é fundamental.”

“Por ser casado com alguém diagnosticado com TDAH e tendo quatro filhas, sendo duas delas também com TDAH, obtive neste curso um grande reforço para minha evolução pessoal e profissional para lidar com esse desafio.”

“As aulas síncronas foram de grande valia para a concretização do que estava posto no material escrito e nos vídeos. A troca de experiências nesses momentos foi essencial para a aprendizagem.”

“As informações oferecidas contribuem para quebra de paradigmas e estigmas relacionados à saúde mental.”

“Sem dúvidas o material do curso e a plataforma são bem dinâmicos, haja vista a urgência da temática e novos aprendizados sobre saúde mental. Os materiais são bem elaborados e de fácil compreensão, assim como navegar na plataforma. Ampliei e desmistifiquei temas que eram bastante vagos na minha formação.”

“Foi muito relevante para meu aprendizado e vivência nas ações interventivas com o ambiente escolar.”

“Eu fiquei presa ao conteúdo e me fazia querer avançar os módulos para ver os próximos mais rapidamente.”

“O curso reforçou a importância de amar e cuidar da mente como parte essencial do nosso bem-estar geral.”

“A formação foi essencial para o meu crescimento profissional, pois, embora sempre tenha ouvido falar sobre a importância da saúde mental, é notável a dificuldade em encontrar materiais de apoio e formações adequadas que realmente auxiliem na superação da barreira do desconhecimento.”

“A relevância da formação, especialmente no contexto escolar, é indiscutível, por estar diretamente ligada à saúde mental dos estudantes e isso interferir diretamente na aprendizagem e no convívio escolar.”

“A formação em saúde mental é de suma importância, especialmente em um mundo cada vez mais marcado por desafios emocionais e psicológicos.”

“O conteúdo apresentado precisa ser divulgado principalmente para os educadores, pois o conhecimento pode mitigar os problemas relacionados a uma visão estereotipada dos transtornos mentais.”

“A formação é extremamente relevante no sentido de proporcionar conhecimento científico unido a estratégias que podem ser utilizadas na prevenção/promoção da saúde mental nas escolas.”

“Os conteúdos são extremamente relevantes para a rotina no ambiente escolar. Excelente curso. Motivou para o aprendizado. Para a vida.”

“Trabalho como Professora Orientadora de Convivência. Este curso ajudou nas tomadas de decisões e a ouvir nossos alunos com mais atenção.”

advocacy

Na Mídia

A força da imprensa na promoção da saúde mental

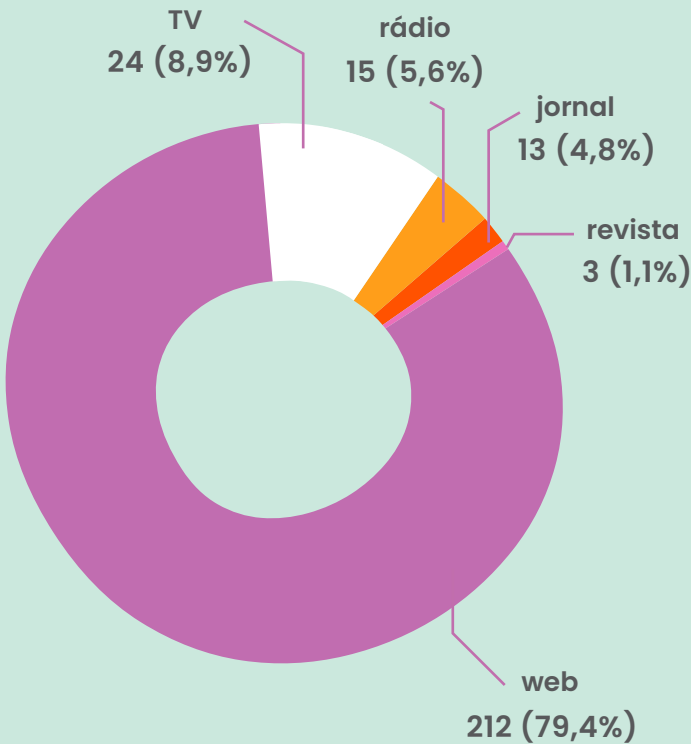
Os grandes veículos de mídia — televisão, jornais, revistas e internet — são aliados estratégicos no trabalho de *advocacy* do Instituto. Ao dar visibilidade à pauta da saúde mental, a imprensa desempenha um papel fundamental para ampliar a disseminação do conhecimento científico, combater o estigma ainda existente e impulsionar tanto a conscientização quanto a mobilização social.

Nossos especialistas têm atuado de forma ativa nos principais debates públicos. Essa presença consistente nos grandes veículos de comunicação nos permite alcançar diferentes audiências, ampliar a legitimidade da causa e estimular a mudança cultural que almejamos.

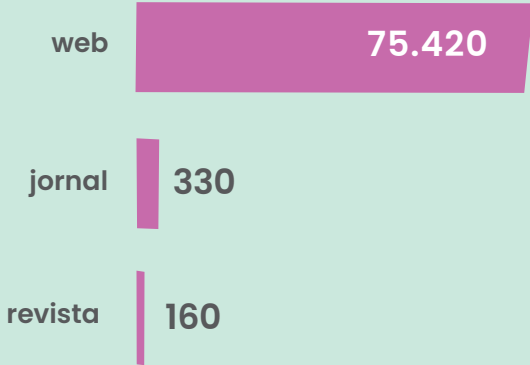
A seguir, conheça o impacto e alguns destaques dessa atuação em 2024.

publicações	economia em espaço publicitário R\$
267	75.058.597
cm²	audiência
75.910	200.592.400

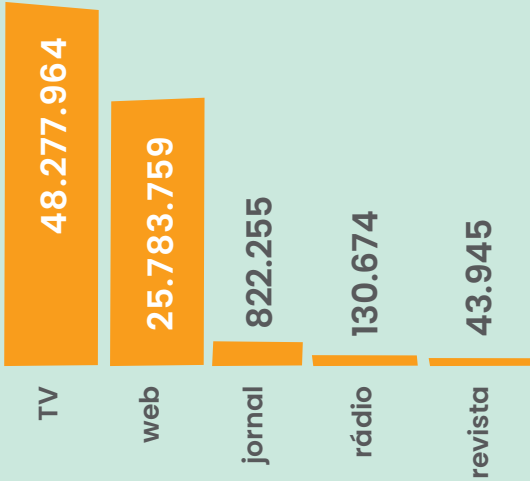
mídia - quantidade



mídia - cm2



mídia - valor publicidade R\$



Brazil Journal

**Os transtornos mentais
começam na escola**

Entrevistados: Rodrigo Bressan, Marco
Kheirallah, Cristiana Pipponzi
Brazil Journal – 14/09/2024



Marco Kheirallah



Cristiana Pipponzi



Rodrigo Bressan

FOLHA DE S.PAULO
★ ★ ★

**Professores relatam agressão
de alunos ao impedir uso de
celular em sala de aula**

Entrevistado: Rodrigo Bressan
Folha de S.Paulo – 02/10/2024

veja

**Educação emocional
auxilia no desenvolvimento
das crianças**

Entrevistado: Rodrigo Bressan
Veja São Paulo – 11/10/2024

O GLOBO

**“Tribunal do cancelamento:
fenômeno e a saúde mental”**

Entrevistado: Gustavo Estanislau
O Globo – 05/01/2024

NEXO

**Qual o quadro da saúde
mental de crianças e
adolescentes do Brasil**

Entrevistada: Rodrigo Bressan
Nexo – 23/09/2024



**O impacto do estigma
para a saúde mental das
crianças e adolescentes**

Entrevistado: Rodrigo Bressan
Uol – Revista Gama – 10/05/2024



**Cuidados com a saúde
mental na volta às aulas**

Entrevistado: Pedro Pan
Nova Brasil – 31/01/2024



Setembro Amarelo

Entrevistado: Pedro Pan
TV Globo – SPTV – 14/09/2024



**Futebol e celular impulsionam
bets entre crianças e adolescentes**

Entrevistado: Gustavo Estanislau
Estadão – 14/09/2024



**Brainrot e a
podridão mental**

Entrevistado: Rodrigo Bressan
CBN – 08/12/2024



**Ansiedade: entenda quando
é hora de buscar ajuda**

Entrevistado: Rodrigo Bressan
Jornal da Band – 13/12/2024



**Volta às aulas e saúde
mental nas escolas**

Entrevistado: Rodrigo Bressan
Podcast Café da Manhã – 05/02/2024



As estratégias das escolas para fortalecer a saúde mental de crianças e jovens

Entrevistado: Rodrigo Bressan
Uol – Revista Gama – 29/09/2024



A importância da saúde mental nas empresas

Entrevistado: Rodrigo Bressan
Estadão – 17/12/2024



Precisamos falar sobre suicídio

Entrevistado: Gustavo Estanislau
Programa Opinião – 06/09/2024



Filhos criados com superproteção

Entrevistado: Gustavo Estanislau
Estadão – 31/10/2024



Adolescentes com depressão têm mais chance de usar vape

Entrevistado: Gustavo Estanislau
SBT – SBT News – 07/09/2024



RS: os efeitos da tragédia climática à saúde mental

Entrevistado: Gustavo Estanislau
TV Record – Jornal da Record – 13/05/2024



Neurocirurgião formado pelo MIT desiste da carreira e relato sobre profissão viraliza

Entrevistado: Pedro Pan
Valor Econômico – 24/07/2024



Limitação do uso de celulares nas escolas

Entrevistado: Rodrigo Bressan
TV Globo – Encontro – 06/02/2024



Bullying e Cyberbullying não são brincadeira

Entrevistado: Pedro Pan
TV Cultura – Opinião – 25/10/2024



As BETS entre crianças e adolescentes

Entrevistado: Gustavo Estanislau
Estadão – 13/11/2024



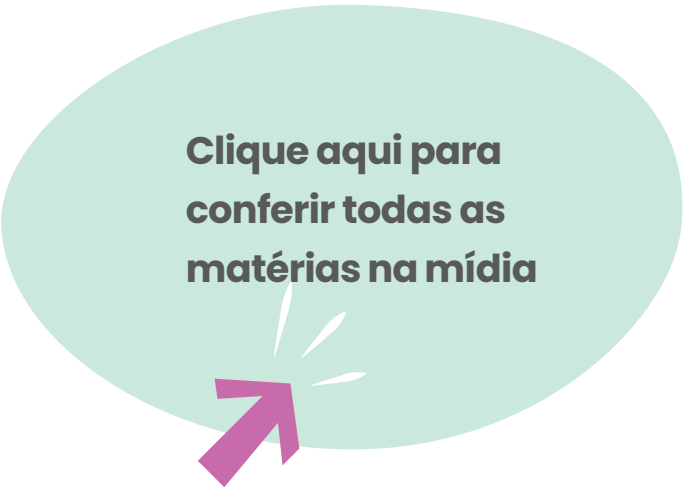
Escola pública de SP, em parceria com uma ONG, promove ações de combate ao bullying

Entrevistado: Henrique Teruo Akiba
TV Record – Jornal da Record – 21/03/2024



Como falar sobre suicídio com crianças e adolescentes

Entrevistado: Pedro Pan
Podcast G1 – 26/08/2024



Usina de conteúdo

Saúde mental nos meios sociais

Com o objetivo de transformar a consciência e criar uma nova cultura de saúde mental no Brasil, produzimos continuamente conteúdos exclusivos baseados em evidências científicas. São quase 100 matérias de blog e 600 vídeos publicados, além de newsletters quinzenais, videocasts, webstories, audiobooks, manuais entre outros formatos. Para saber mais sobre a saúde mental do jeito e no momento que preferir.

Uma nova cultura: construímos juntos!
Confira o impacto gerado no Instagram, em 2024:



seguidores
99.955



pessoas impactadas
+ de 11.5 milhões



interações nas postagens
+ de 370.000



número de posts publicados
834



Clique e acesse
nosso menu
de conteúdos



Campanhas

Ao longo do ano, o Instituto Ame Sua Mente desenvolveu campanhas estratégicas de comunicação para mobilizar a sociedade sobre a importância dos cuidados com a saúde mental. Aproveitamos datas relevantes para ampliar o alcance das nossas mensagens. **Confira nossos principais destaques:**



A melhor defesa é a conversa

+ de 855 mil visualizações | 55 mil curtidas | 550 comentários

Em colaboração com a Sociedade Esportiva Palmeiras, promovemos uma campanha de conscientização junto aos torcedores de futebol, formado em maior parte por homens. A iniciativa reforça a importância do diálogo para a promoção da saúde mental desde cedo. Entre as ações realizadas estão a produção de um vídeo com os jogadores palmeirenses para ampliar o alcance da campanha nos meios digitais, ação promocional em uma partida do Campeonato Brasileiro e uma palestra sobre saúde mental para os professores das escolinhas de futebol do Palmeiras.

Setembro Amarelo

O Setembro Amarelo, movimento nacional de conscientização sobre a prevenção do suicídio, foi tratado sob uma nova perspectiva na campanha do Instituto: “Saúde Mental é Vida!”.

Nosso objetivo foi ressaltar que cuidar da mente é uma ação essencial para preservar a vida, promovendo o desenvolvimento socioemocional, o fortalecimento de vínculos e a construção de redes de apoio.

#

saúde
mental
é vida



Dia Mundial da Saúde Mental

A Turma da Mônica cuida da mente

No Dia Mundial da Saúde Mental (10/10), ampliamos nossa mensagem em uma parceria especial com o Instituto Mauricio de Sousa. Com a ajuda da Turma da Mônica, disseminamos informações sobre hábitos que promovem a saúde mental, sensibilizando crianças, jovens e famílias em uma publicação colaborativa nas redes sociais.

HÁBITOS QUE AJUDAM NA NOSSA SAÚDE MENTAL



1

PENSAMENTO OTIMISTA

Sem negar problemas, mas buscando **soluções**. O hábito de refletir sobre nossas reações às adversidades ajuda a **cuidar** da saúde mental.

MINDFULNESS

Ao prestar atenção no momento **presente**, desenvolvemos regulação emocional, compaixão e resiliência.



2

ENVOLVIMENTO SOCIAL

Envolver-se em **atividades, hobbies e esportes** ajuda na criação de relações de **confiança**, sendo importante **priorizar** esses momentos.

DESENVOLVIMENTO SOCIOEMOCIONAL

A autoconfiança, empatia e resiliência são **importantes** para lidar com os desafios de forma **saudável**, além de ajudar a construir relações **positivas e verdadeiras**.



3

TRIPÉ DA SAÚDE MENTAL

- Um **sono** regulado ajuda a reduzir o estresse e melhora a concentração.
- Uma **alimentação** balanceada é fundamental para a regulação do cérebro.
- Praticar **atividades físicas** libera hormônios que promovem a sensação de bem-estar.



4



dia 01

Aceita o desafio?

10 dias

10 práticas benéficas para a saúde mental



#DesafioAmeSuaMente

Complementando nossa campanha, lançamos o #DesafioAmeSuaMente. Entre os dias 1º e 10 de outubro, propusemos um desafio diário com práticas simples, embasadas cientificamente, para promover novos hábitos protetivos e estimular rotinas mais saudáveis no dia a dia.



Vertentes

Um ecossistema de saúde mental

O Instituto Ame Sua Mente é cofundador do Ecossistema de Saúde Mental – Vertentes. Um grupo plural de instituições que se uniram para fomentar uma cultura de cuidado com a saúde mental a partir da mobilização social.

A fim de gerar transformações sistêmicas, o Vertentes tem como foco prioritário a atuação em *Advocacy* – conscientização, incidência e influência em Políticas Públicas.

Em novembro de 2024, o Fundo Filantrópico Vertentes foi lançado e estruturado pelo IDIS – Instituto para o Desenvolvimento do Investimento Social – para captar, gerir e destinar recursos de doações e patrocínios a projetos e programas de saúde mental alinhados aos seus princípios.

Esta iniciativa é viabilizada pelo apoio da RaiaDrogasil e, para garantir uma gestão financeira transparente e estratégica, foi firmada parceria com a Sitawi Finanças do Bem.

O Instituto, em conjunto com os demais membros – Associação pela Saúde Emocional (ASEC), Instituto Bem do Estar, Instituto Vita Alere, RaiaDrogasil e SoulbeGood –, reforça seu compromisso com a causa da saúde mental, ao trabalhar em uma aliança que potencializa, ainda mais, o seu impacto.

Apoio



Fundadores



Certificações

O ano de 2024 foi especialmente marcante para o Instituto Ame Sua Mente. Colhemos os frutos da seriedade na condução do trabalho e do compromisso com o nosso propósito de transformar a cultura de saúde mental no Brasil.

Temos orgulho em compartilhar os prêmios e os reconhecimentos que recebemos ao longo do ano.



Melhores ONGS

O Instituto entrou na lista das 100 melhores organizações sem fins lucrativos do Prêmio Melhores ONGs. A cada ano, a iniciativa reconhece as instituições brasileiras que se sobressaem pela excelência em gestão, governança, sustentabilidade financeira e transparência.



Ranking Thedotgood

Passamos a integrar o ranking das 50 melhores ONGs brasileiras do Thedotgood, uma das plataformas internacionais mais respeitadas na avaliação do trabalho desenvolvido por organizações sociais. A plataforma seleciona as instituições baseando-se em critérios de governança, inovação e impacto.



Selo Doar A+

O Selo Doar está para as ONGs como a certificação ISO 9001 para as empresas. A chancela reconhece as organizações que seguem as melhores práticas de gestão, transparência e captação de recursos, com base nos principais modelos de certificação internacionais para organizações da sociedade civil.



3º Prêmio Autocuidado em Saúde ACESSA

Ficamos entre os três finalistas na categoria “Comunicação em Saúde e Autoconhecimento” do 3º Prêmio Autocuidado em Saúde ACESSA, organizado pela Abril, e a ACESSA – Associação Brasileira da Indústria de Produtos para o Autocuidado em Saúde. A premiação destaca iniciativas que contribuem para o letramento e a conscientização na área da saúde.



Mapeamento de Práticas de Saúde Mental nas Escolas – Instituto Cactus

Nossa formação “Ame Sua Mente na Escola” foi reconhecida como uma das iniciativas mais relevantes do “Mapeamento de Práticas de Saúde Mental nas Escolas”, uma realização do Instituto Cactus em parceria com Vozes da Educação. O levantamento, que entrevistou educadores a fim de identificar e sistematizar boas práticas de promoção de saúde mental implementadas nas redes públicas de ensino, dá visibilidade à parceria que temos com a Secretaria de Educação do Estado de São Paulo, através da qual formamos mais de 7.000 educadores desde 2023, quando fomos credenciados pela Escola de Formação e Aperfeiçoamento dos Profissionais da Educação do Estado de São Paulo (EFAPE) como o programa oficial de saúde mental ligado à Educação do Estado.

Cada reconhecimento fortalece nossa convicção na importância da causa e nos motiva a seguir, promovendo uma cultura de cuidado com a saúde mental em todo o país.

Agora, convidamos você a conhecer um pouco mais do trabalho do Instituto.

Desenvolvimento Institucional

No Instituto Ame Sua Mente, acreditamos que transformar a saúde mental do Brasil por meio de intervenções junto à comunidade escolar é uma missão que só pode ser fortalecida por meio de alianças estratégicas. Por isso, contamos com o apoio de empresas e organizações que, conscientes de seu papel social, escolhem investir em iniciativas de impacto duradouro.

A cada ano, fortalecemos nossa capacidade de atuação com o apoio consistente de instituições que acompanham nossa trajetória. Esse engajamento tem sido fundamental para a continuidade das ações e para a consolidação do conhecimento como ferramenta estratégica na transformação da cultura da saúde mental no Brasil.

Agradecemos a cada parceiro que caminhou conosco em 2024. Juntos, seguimos mobilizando recursos, talentos e vontade para transformar a realidade da educação brasileira por meio do cuidado com a saúde mental.

Apoiadores



Parceiros



Além das organizações, o Instituto Ame Sua Mente também conta com o valioso apoio de pessoas físicas. Anualmente, realizamos um grande jantar de mobilização de recursos. Mais do que um evento de captação, esse encontro é uma oportunidade de compartilhar experiências, aprendizados e os resultados alcançados com nossas intervenções, além de celebrar junto a estes grandes doadores a causa que nos conecta.

A cada edição, fortalecemos nossa capacidade de atuação com o apoio consistente de doadores que acompanham nossa trajetória.

Expressamos aqui nossa imensa gratidão aos grandes doadores pela confiança ao nosso trabalho. A atitude e a contribuição de cada um de vocês abre o caminho para ampliar o impacto de nossas iniciativas e transformar a vida de milhares de crianças e jovens.

Daniel Goldberg
Daniela e Marcos Nader
Geyze Diniz
Henrique D’Amico

Mariella Ometto Scarparo
Marina Auriemo
Valéria Gillet

Diversificação de recursos

Financiamento colaborativo

Em 2024, expandimos nossos esforços de captação de recursos por meio de novas plataformas de doação, para além da Benfeitoria. Complementando essa estratégia, passamos a integrar a plataforma Para Quem Doar, da Rede Globo — e a plataforma GlobalGiving, que conecta pessoas do mundo todo a causas com potencial transformador.



GlobalGiving



ParaQuemDoar

Clique e doe. Faça parte desse movimento

#amesuamente



Acreditamos na força do coletivo e na relevância da nossa causa para o bem-estar de todos.

Por isso, nosso sincero agradecimento a cada pessoa que contribuiu por meio das plataformas de doação — é com o apoio de vocês que conseguimos ampliar nosso impacto e seguir transformando vidas.





Marketing de causa

Reforçando a importância das alianças estratégicas para a sustentabilidade da nossa causa, estabelecemos uma parceria com o Shopping Cidade Jardim para a comercialização de produtos sociais que fizeram parte de três edições do Gift Guide, serviço de private shoppers da JHSF/CJ Fashion, com renda 100% revertida para o Instituto Ame Sua Mente.

Para estas ativações, criamos a linha Santa Pausa — de artigos exclusivos, voltados ao bem-estar e pensados para inspirar momentos de conexão. No Dia das Mães, a cesta Santa Pausa convidou as famílias a deixarem os celulares de lado durante as refeições. No Dia dos Namorados, a pipoqueira sugeriu outra ocasião de proximidade, agora a dois. E, no Natal, a ampulheta trouxe uma reflexão sobre o tempo — como podemos criar experiências significativas de vínculo e bem-estar.

Em 2024, pessoas engajadas e sensíveis à importância da saúde mental encontraram no Instituto Ame Sua Mente um espaço para dedicar tempo, talento e propósito. Entre elas, destacamos a parceria entre Marina Auriemo e Angela Tovar, criadoras da ATMOSFERA, marca de moda que une esporte e bem-estar. Parte da venda da nova coleção lançada visa apoiar nossas formações voltadas a educadores da rede pública de ensino.

O movimento liderado por Marina Auriemo, que também preside o Comitê de Relações Institucionais, Comunicação e Captação do Instituto, além de compor o Conselho de Administração do Instituto, inspirou novas mobilizações. A psicóloga Andréa Castanho promoveu um bazar beneficente com 100% da renda destinada à nossa causa. Já a marca Tatá Moreno doou uma joia para ser rifada com toda a arrecadação revertida ao Instituto.

Essas iniciativas espontâneas e generosas deram origem ao nosso grupo de madrinhas: ao final de 2024, 15 mulheres — todas voluntárias, líderes, influenciadoras e mobilizadoras — aceitaram o convite para, ao longo de 2025, impulsionar ainda mais a visibilidade da causa e fortalecer a sustentabilidade do Instituto. Unidas, elas vão articular redes, promover eventos e mobilizar recursos em prol da saúde mental.

Adriana Kheirallah

Ana Auriemo Meirelles

Andrea Castanho

Andréa Longhi Machado

Angela Tovar

Daniela Nader

Isabella Fiorentino

Jackie de Botton

Luciana Gelfi

Marcela Barci

Maria Zanforlin

Marina Auriemo

Marina Brito Gonçalves

Melissa Moraes

Renata Moraes



Governança

Compromisso com a ética, a inovação e a saúde mental

Reforçamos nosso compromisso com uma cultura organizacional saudável, pautada pela coerência, pela transparência e pelo alinhamento com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) relacionados à nossa causa. Esse compromisso se concretizou com a publicação do nosso Código de Conduta Ética, que destaca valores fundamentais, como integridade e transparência, do Instituto.

O documento reafirma nosso respeito e nossa valorização da diversidade em todas as suas formas, a busca contínua por excelência e inovação fundamentada em evidências científicas e acadêmicas, além de fortalecer a colaboração e a construção coletiva como elementos-chave para promover transformações significativas na sociedade.

Proteção de dados

A fim de assegurar as melhores práticas organizacionais e demonstrar a seriedade com que tratamos as informações, realizamos uma revisão completa de nossas medidas de segurança técnica e administrativa, em conformidade com a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD).

Implementamos seções em nosso site dedicadas à proteção de dados, às políticas de privacidade e de cookies, bem como criamos um canal para que os titulares dos dados possam exercer seus direitos, como solicitação de correção, eliminação, portabilidade e oposição ao uso de seus dados.

Tecnologia e inovação

Outro marco importante foi a criação da área de Tecnologia e Inovação, acompanhada do lançamento do Conselho de Tecnologia, responsável por garantir respaldo e debate necessários para seguirmos explorando os recursos tecnológicos na promoção da saúde mental no contexto educacional.

Esse novo conselho, que passou a integrar nossa governança em abril, é composto por seis profissionais de reconhecida atuação no setor, em empresas como Google e Box1824, contando ainda com a representatividade do nosso principal beneficiário, o educador, por meio da participação de Maria Isabel Faria, diretora escolar e Dirigente da Regional de Ensino Centro-Sul da Secretaria de Educação do Estado de São Paulo.



Aminadab Nunes

Laura Kroeff

Marco Bebiano



Maria Isabel Faria

Renata Feltrin

Renato Bereznyak Cunha

Conselho de Administração

A governança do Instituto também ganhou novos olhares com a chegada da publicitária e empreendedora Marina Auriemo, que passou a integrar o Conselho de Administração para além de presidir o Comitê de Relações Institucionais, Comunicação e Captação.

Nossos conselheiros aportam competências fundamentais e complementares nas áreas da educação, saúde mental, iniciativas sociais, gestão, tecnologia e mobilização de recursos. Trabalhando de forma integrada, consolidam nossa atuação e ampliam o potencial de impacto e o crescimento sustentável da organização.



Marco Kheirallah
Presidente do Conselho



Kika Pipponzi
Vice-Presidente do Conselho



Leticia Lyle
Conselheira



Marina Auriemo
Conselheira

Conselho de Tecnologia

Aminadab Nunes
Laura Kroeff
Marco Bebiano
Maria Isabel Faria
Renata Feltrin
Renato Bereznjak Cunha

Conselho Fiscal

Cibele Demetrio Zdradek
Fabio Santiago
Fernando Foz de Macedo
Ricardo Eid

Conselho Consultivo

Guillain Patrice Louis Marie de Camaret
José Guilherme Carneiro Queiroz
Nicolas de Camaret
Pedro Mario Pan
Ricardo Cavalieri Guimarães
Thais Junqueira Franco Xavier
Tiago Pereira Barretto Guimarães

Associados Beneméritos

André Gola
Carol Gaya
Kika Pipponzi
Gustavo Estanislau
Leticia Lyle
Marco Kheirallah
Marina Auriemo
Pedro Mario Pan

Equipe

Conheça quem faz o Instituto Ame Sua Mente

Rodrigo Bressan / Presidente-Fundador
Andréa Regina / Diretora Executiva
Luci Zeferino / Operações
Luciana Silva / Operações

Programas Sociais

Claudia Donegá / Gestão de Programas Sociais
Carolina Maciel / Gestão de Programas Sociais
Nayra Baptistelli / Coordenação de Projetos
Olga Paz / Coordenação de Projetos
Rafaela Fagundes / Coordenação de Projetos
Daniela Carvalho / Programas Sociais
Denise Elias / Programas Sociais
Amanda Aquino / Programas Sociais
Grace Luciana Pereira / Consultora pedagógica

Cláudia Tazitu / Gestão Bússola
Thiago Gonçalves / Gestão de Tecnologia e Inovação
Victor Hugo dos Santos / Estágio de Tecnologia

Comunicação

Alessandra Paz / Gestão de Relações Institucionais
Maíra Brandão / Relações Institucionais
André Gola / Consultoria Criativa - Voluntário

Conhecimento Aplicado

Pesquisadores, consultores e especialistas da área de Saúde Mental

Ana Carolina D'Agostini
Carolina Gaya
Clarice Madruga
Gustavo Estanislau
Henrique Akiba
Laura Trevizan
Mariana Lago
Mariana Rebello
Rodrigo Bressan



Transparência

INSTITUTO AME SUA MENTE

CNPJ/MF: 28.985.030/0001-13

Balancos Patrimoniais

Em 31 de dezembro de 2024 e 2023 (Em reais)

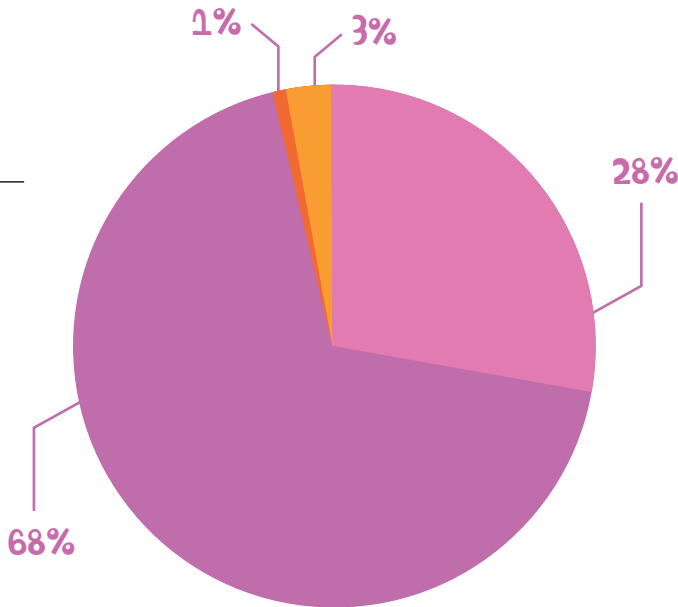
Ativo			
	Nota Explicativa	31/12/2024	31/12/2023
Circulante			
Recursos próprios			
Caixa e equivalentes de caixa	4	2.176.724	1.453.135
Outras contas a receber		34.489	59.500
		2.211.214	1.512.635
Não circulante			
Imobilizado		12.149	8.284
Intangível		2.606	-
		14.755	8.284
Total de ativo			
		2.225.968	1.520.919

As notas explicativas da administração são parte integrante destas demonstrações contábeis

Fontes de Recurso

2024

- Doações Pessoa Física
- Doações Pessoa Jurídica
- Taxa de administração dos projetos
- Prestação de serviços

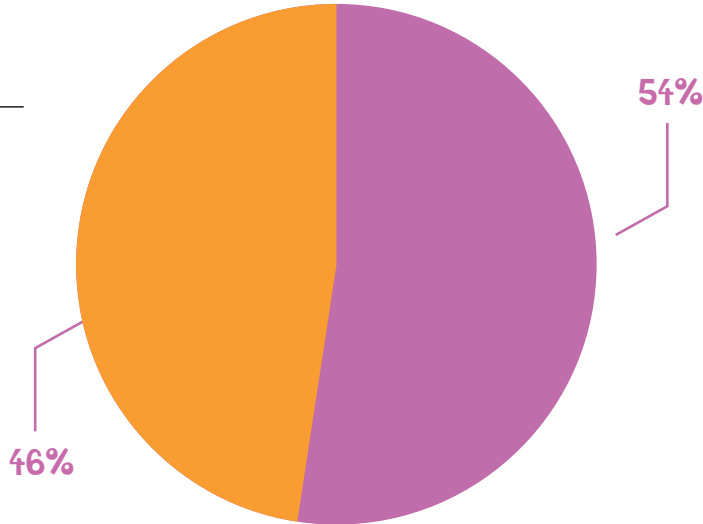


Passivo e patrimônio líquido			
	Nota Explicativa	31/12/2024	31/12/2023
Circulante			
Recursos próprios			
Fornecedores		7.892	8.745
Obrigações trabalhistas		12.392	32.569
Obrigações tributárias		4.058	701
Desmobilização	5	99.730	69.430
Projetos a realizar	6	532.792	675.588
		656.865	787.033
	7		
Patrimônio líquido			
Patrimônio social		733.886	940.749
Superávits/(Déficits) do exercício		835.217	(206.863)
		1.569.103	733.886
Total do passivo e patrimônio líquido			
		2.225.968	1.520.919

Projeção de Investimento

2024

- Despesas Projetos
- Despesas Institucionais



*Demonstrativo financeiro auditado pela BDO.

ame
sua
mente

Vamos juntos!

Estamos a um clique, uma mensagem ou uma ligação de distância para criar novas conexões, parcerias e iniciativas em prol da saúde mental da sociedade brasileira.



Instituto Ame Sua Mente
www.amesuamente.org.br

Apoie a nossa causa

Clique aqui, doe e faça parte desse movimento #ameusamente

